

ХАРАКТЕРИСТИКА ЛИЧНОСТНО–ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ У ЛИЦ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ

А.В. Козловский, В.К. Прокопович

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, Беларусь

Введение. Изучению личностных и психологических качеств спортсменов уделяется значительное внимание в тренировочном процессе, при определении их готовности к соревнованиям, отбора и для их оценки используется широкий спектр методических приемов [1, 2, 3, 4]. Одним из проблемных вопросов в спорте является выяснение личностных и психологических особенностей спортсменов и их сравнение с аналогичными показателями у лиц, не занимающихся спортом [5]. В некоторых работах было показано, что определенные свойства личности и психологические показатели ассоциируют с успешностью выступления спортсменов в соревнованиях. Так, обследования больших групп спортсменов высокой квалификации показали [5], что наиболее характерными особенностями их личности являются: высокая эмоциональная устойчивость, уверенность в себе, независимость, самостоятельность, склонность к риску, самоконтроль, общительность. По данным этих спортивных психологов, к наиболее часто встречающимся личностным чертам спортсменов относятся: высокий уровень агрессивности, мотивации достижения, а также экстраверсия и твердость характера, авторитарность, эмоциональная устойчивость и самоконтроль.

Отмечается также, что «спортсмен является эмоционально здоровым человеком со склонностью скорее к экстраверсии, он неуступчив, самонадеян, уверен в себе, обладает высокой способностью переносить стресс на соревнованиях самого высокого уровня. К числу таких черт относят также сензитивность, эмоциональную устойчивость и активность в преодолении препятствий. Одновременно отмечается, что «для мужчин – спортсменов по сравнению с не спортсменами характерно стремление вести более налаженную жизнь и социально желаемый образ жизни». Более того, существует мнение о наличии «личностного профиля» спортсмена, занимающегося отдельным видом спорта [5]. Однако другие исследователи утверждают, что нельзя четко выявить какие – либо различия среди тестируемых групп, не обнаруживали никаких различий в личностных профилях и указывают, что не существует какого-то одного типа личности, определяющего успешное выступление [5].

И все же в современном спорте личностно–психологические особенности, как и типологические, учитываются в индивидуализации управления спортивной деятельностью [4]. Роль фактора личностных особенностей и эмоционального статуса в успешности спортивной деятельности также рассматриваются при обсуждении проблемы надежности спортсмена.

В силу всего изложенного выше актуальным представляется поиск и определение личностно–психологических особенностей у спортсменов, отличающих их от не занимающихся спортом.

Целью настоящего исследования являлось изучение личностно–психологических особенностей студентов, занимающихся и не занимающихся спортом.

Методы. Нами было проведено пилотное социологическое исследование среди 30 студентов – спортсменов (1 группа) и 10 студентов, не занимающихся спортом (2 –я группа). Опрос проводился с помощью специально разработанной анкеты. Возраст студентов составлял от 18 до 22 лет. Все являлись лицами мужского пола.

Результаты исследования и их обсуждение. Результаты исследования показывают, студенты–спортсмены существенно отличаются по своим личностным и психологическим параметрам от тех, кто не занимается спортом (Таблица).

Так, в первой группе многократно меньше слабовольных (в 9 раз), неуравновешенных (в 6 раз), неуверенных (в 4,5 раза), меланхоличных (в 3 раза), не приспособленных (в 3 раза), значительно меньше (в 1,8 раза) стремление быть в центре внимания и больше чувствительных (сензитивных) (в 2,1 раза), импульсивных (в 2 раза), уверенных (в 1,7 раза), стеснительных (в 1,8 раза), впечатлительных (в 1,7 раза), уступчивых (в 1,7 раза) и уравновешенных (в 1,5 раза). Среди других параметров у студентов–спортсменов существенно выделяются такие показатели, как наличие строгости и агрессивности.

Таблица – Личностные и психологические показатели у студентов–спортсменов, и лиц, не занимающихся спортом

№ п/п	Показатели	1–я группа (%)	2–я группа (%)
1	Неуравновешенный	3,3	0,0
2	Уравновешенный	76,7	0,0
3	Общительный	66,7	0,0
4	Сдержанный	53,3	0,0
5	Добродушный	63,3	0,0
6	Чувствительный	63,3	0,0
7	Впечатлительный	33,3	0,0
8	Меланхолический	3,3	0,0
9	Самоуверенный	16,7	–
10	Легко возбудимый	33,3	0,0
11	Уверенный	66,7	0,0
12	Неуверенный	6,7	0,0
13	Строгий	36,7	–
14	Слабовольный	3,3	0,0
15	Не приспособленный	6,7	0,0
16	Импульсивный	20,0	0,0
17	Агрессивный	16,6	–

Выводы. Полученные данные указывают на существенные различия студентов занимающихся и не занимающихся спортом по ряду личностных и психологических параметров. Особенно резкие различия между группами обнаруживались в отношении слабоволия, неуравновешенности, неуверенности, неприспособленности и меланхоличности. Их многократно меньше у спортсменов.

Обнаруженные личностно и психологические особенности показателей указывают на перспективность продолжения исследований в этом направлении среди больших групп спортсменов, особенно международного уровня мастерства с целью определения наиболее информативных диагностических показателей для отбора молодежи к занятиям спортом, определения готовности спортсменов к соревнованиям и прогноза успешности выступления в них.

Литература:

1. Гогун, Е.Е. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / Е.Е Гогун, Б.И. Мартянов // М.: Издательский центр «Академия», 2000. –288 с.
2. Маришук, В.Л. Методы психодиагностики в спорте. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ В.Л. Маришук // Сост. И.П. Волков. СПб., 2002. С. 279–289.
3. Пуни, А.Ц. Методы психологического исследования в спорте. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. /А.Ц. Пуни //Сост. И.П. Волков. СПб., 2002. С. 275–279.
4. Серова, Л.К. Программа личности спортсмена–силовика. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Л.К. Серова // Сост. И.П. Волков. СПб., 2002. С.289–292.
5. Сингер, Р.Н. Мифы и реальность в психологии спорта / Р.Н Сингер// Пер. с англ./ Предисл. А.В. Родионова.–М.: Физкультура и спорт,1980.–152 с.